

---

Creciendo en espacios ciento por ciento libres de humo de tabaco

31/05/2013



Creciendo en espacios ciento por ciento libres de humo de tabaco es el lema que la Organización Mundial de la Salud (OMS) propuso para la campaña por el Día Mundial sin Fumar, que tiene lugar hoy.

No solo es importante proteger a los niños, niñas y adolescentes del venenoso humo, convirtiéndolos en fumadores pasivos, sino que además se convierten en fumadores igualmente, por imitación de sus mayores, generalmente sus propios padres y madres, señala el organismo internacional.

"En base al aumento continuo de las tasas de fumadores adolescentes, puede afirmarse que cerca de 250 millones de personas que hoy se hallan en edad infantil, morirán en todo el mundo por causa del tabaco", expresó en conferencia de prensa la doctora Patricia Varona, miembro del Programa de Prevención y Control del Tabaquismo, del Ministerio de Salud de Cuba.

Enfatizó que son múltiples los estudios que demuestran que la mitad de los fumadores van a morir por esa causa. También se refirió que cada vez mayor cantidad de personas están conscientes de que el cigarro daña, pero aún no hay claridad total sobre el perjuicio del humo ambiental. "El tabaquismo involuntario o pasivo es una de las principales causas de enfermedades en los no fumadores, cuyo riesgo de padecer cáncer de pulmón se incrementa en 20-30 por ciento y de enfermedades cardiovasculares en 25 por ciento", indicó.

"Los efectos perjudiciales del tabaquismo pasivo sobre la salud son muchos, principalmente cuando se empieza a fumar a muy corta edad", dijo por su parte la doctora Idalia Cardero Quevedo, también miembro del Programa de Prevención y Control del Tabaquismo, quien participó en un amplio estudio realizado en el país sobre este tema.

Esa investigación aportó datos muy elocuentes y uno de ellos es que la edad de inicio de fumar en Cuba es entre 15-19 años, y la media se halla en los 17 años, añadió.

En conferencia de prensa, con motivo del Día Mundial sin Fumar, estuvieron presentes también educadores, líderes comunitarios, entrenadores deportivos quienes sin duda pueden incidir de manera directa en los comportamientos sanos de la población más joven.

Allí se habló igualmente de la responsabilidad familiar, de la importancia que tiene dejar de fumar mucho antes de planificar el embarazo y abandonarlo definitivamente, como una medida de aire puro en casa.

La exposición al humo del tabaco ajeno es un grave riesgo para la salud infantil, afecta seriamente los pulmones de los niños y niñas pequeñas, que están en proceso de desarrollo, se reiteró.

Entre los más afectados por esta exposición están los bebés y los hijos pequeños de padres y madres fumadoras, para quienes aumenta el riesgo de infecciones en el sistema respiratorio inferior, como la neumonía y la bronquitis, incrementando las hospitalizaciones anuales, advirtió la doctora Elba Lorenzo, coordinadora del Programa de Prevención y Control del Tabaquismo.

También aumenta la posibilidad de que los niños y niñas sufran una disminución de la función pulmonar -apuntó-, y síntomas de irritación respiratoria, como congestión nasal, tos y catarros frecuentes, asimismo, puede provocar infección del oído medio.

"Los niños y niñas asmáticas, corren especial riesgo, con aumento de los episodios y severidad de los síntomas. También puede ser esa la causa de que miles de niños y niñas la contraigan todos los años", aseveró Lorenzo.

Durante el encuentro con la prensa, los especialistas argumentaron otras muchas razones que fundamentan la lógica de dejar de fumar ahora mismo.

En el humo del tabaco hay más de cuatro mil 500 sustancias químicas, de las cuales se sabe que al menos 250 son nocivas y más de 50, cancerígenas. Se conoce que una persona que respira el humo presente en un ambiente con fumadores, recibe el daño equivalente a fumar un cigarrillo por hora.

Si aún fuma usted, busque mayor información, asegúrese de los datos, tome conciencia de que al fin y al cabo lo tendrá que dejar porque no existe peor compañía. Un excelente momento para abandonar ese nocivo hábito es este día 31.

